

El sexismo en Educación Física

Didáctica de la Educación Física

Parody García, Lucía.
Robles Ortiz, Raquel.
Rojo Retamar, Rocío.
Ruiz Gil, Sara.
Sánchez García, Elena.

2ºC

Curso 2014/2015



ÍNDICE

1. Introducción.

Desde los inicios de la Educación Física han surgido grandes diferencias sexistas entre las actividades y deportes a realizar en esta asignatura. Generalmente, esto se debe a lo ocurrido en una época en la que el machismo estaba presente en España. Pero también hemos de tener en cuenta que los medios de comunicación son una gran influencia en la sociedad y en ellos vemos a hombres jugando al fútbol constantemente y en contadas ocasiones, a mujeres realizando gimnasia rítmica, natación sincronizada o algún que otro deporte encasillado al sexo femenino desde tiempos inmemorables.

Para tratar el tema del sexismo en Educación Física, hemos recurrido a la realización de entrevistas para conocer las diferentes experiencias relacionadas con dicho tema y a la búsqueda de artículos para profundizar sobre estas cuestiones. En anexo, se puede observar el enlace a algunos vídeos relacionados con esto.

Con este trabajo queremos llamar la atención a los maestros y maestras del futuro e incitarles a reducir -ya no vamos a decir eliminar, porque por muy pequeños que sean, los niños están condicionados por la sociedad- al mínimo estas conductas sexistas en nuestras aulas. Tenemos que intentar hacerles ver que todos somos iguales independientemente de si somos mujeres u hombres, ante todo somos personas.

Un hecho importante a destacar es la reciente incorporación de las mujeres árbitro, es un gran avance para las mujeres introducirse en el fútbol (masculino), aunque solo sea como árbitros. Se ha podido comprobar que son aceptadas, aunque aún no se llega a tomar como algo universal y socialmente correcto, tenemos que dejarles su tiempo. Recordemos que también hace unos años se veía incorrecto que las mujeres vistiesen pantalones.

Se ha podido observar que tanto si es hombre, como si es mujer, la persona que arbitra un partido de fútbol recibe igualmente insultos cuando la afición cree que realizan mal su trabajo. Esto es lo que tenemos que inculcarle a nuestros alumnos, obviamente no los insultos, sino que tanto si se es hombre, como si se es mujer, podemos ser fuertes en unas u otras áreas independientemente de nuestro sexo.
Tenemos que hacerles ver, como veremos más adelante, que niños y niñas pueden realizar los mismos deportes, las mismas actividades y que lo único realmente importante es la motivación y las ganas.

Busquemos pues un cambio en la Educación Física encaminado a la igualdad de género y con ello diferentes dinámicas, charlas y actividades que nos ayuden a llevarlo a cabo, teniendo en cuenta los recursos que tenemos y las características de nuestro alumnado concreto.

2. Marco teórico.

En el marco teórico reflejaremos los aspectos relacionados con el sexismo en la Educación Física que consideramos más importantes.

2.1 Lenguaje sexista



Actualmente, aunque no queramos mostrar un lenguaje sexista ante los alumnos, nuestra sociedad nos incita a ello. Desafortunadamente, hemos crecido con un vocabulario sexista y es muy difícil cambiarlo pero no imposible. Con este tipo de lenguaje, nos damos cuenta de que es el sexo masculino es el que se ve favorecido, pues cuando nos dirigimos al grupo-clase utilizamos la palabra “niños” y en pocas ocasiones acompañada de la palabra “niñas”, por lo que en el caso de que digamos esta última palabra lo estamos haciendo en último lugar, otorgando al sexo masculino cierta prioridad y al femenino cierta discriminación.

Para que esto no suceda habría que cambiar muchas cosas, pero el primer paso sería dar lugar a una mente más abierta, donde tanto las niñas como los niños tengan las mismas oportunidades y se establezca igualdad entre ambos. Cuando abrimos un libro de texto en la clase, encontramos que se dirige al alumnado utilizando la palabra niños/as en lugar de niñas y niños, por lo que estamos discriminando al sexo femenino. La pregunta es la siguiente: "¿Qué pasaría si en lugar de escribirlo así, lo escribiésemos al contrario?", es decir, por qué no podemos escribirlo como niñas/os, ya que significa lo mismo y va dirigido igualmente al alumnado. Hay que tener un punto de partida para que esto cambie, pero en esta ocasión, somos nosotros, los futuros docentes los que podemos hacer algo, incluso cambiarlo por completo. Con nuestro esfuerzo y dedicación podemos hacer que nuestros alumnos construyan una sociedad donde el sexismo no tenga cabida alguna. El problema es que el trabajo que hacemos en clase ha de seguirse en casa, para que la adquisición de este valor sea más efectiva y con ello es más probable que consigamos eliminar el sexismo de la sociedad en la que habitamos.

Con ello podemos decir que el futuro de una nueva sociedad está en nuestras manos.

Wikipedia (2012) propone las siguientes reglas para iniciar un camino hacia un lenguaje no sexista:

- *Cuando se trata de grupos mixtos, incorporar en el discurso siempre las formas femeninas junto a las masculinas: alumnos y alumnas, hermanos y hermanas.*
- *Utilizar los colectivos: el alumnado, la población, el personal, etc.*
- *Evitar el uso de el, los, aquel, aquellos, seguidos del relativo que con sentido general.*
- *Cambiar el sujeto. En lugar de usar la tercera persona del singular, usar la segunda (tú o usted) o la primera del plural sin mencionar el sujeto.*
- *Evitar la palabra niño sustituyéndola por persona o varón, según corresponda. Persona, para referirse a la especie humana y varón para el género o sexo masculinos.*
- *En la escritura, cuando se desconozca si el mensaje será recibido por un varón o una mujer se pueden usar las diagonales o el paréntesis en los vocativos: Estimado/a, interesado(a).*

En la escritura, es frecuente utilizar el símbolo arroba (@), o la letra equis (x) o el asterisco (*) para reemplazar las letras que denotan género en las palabras.

2.2 Coeducación.



La coeducación es la educación compartida entre niños y niñas de manera igualitaria, en la que no existen diferencias de género y se atienden las necesidades de todo el alumnado. La coeducación persigue la igualdad de los derechos de hombres y mujeres.

A lo largo de la historia de la educación se puede observar como las mujeres se incorporaron más tarde que los hombres y el trato fue muy desigual para unas y otros, a favor de los hombres.

Las actividades de las clases de educación física deben tener como objetivo conseguir la integración de todo el alumnado por igual, ya sean niños o niñas y la participación de los mismos.

Por tanto, al hablar de coeducación estamos buscando un modelo de escuela que respete y valore igualmente las aportaciones y experiencias de ambos sexos, lo que supone eliminar estereotipos o ideas preconcebidas sobre las características que deben tener las niñas y los niños, los chicos y las chicas, las mujeres y los hombres.

Debemos ser conscientes de que tener una escuela coeducativa es una labor que requiere constancia, esfuerzo, unión y trabajo. Los cambios educativos no son inmediatos, precisan de una concienciación social que no se hace efectiva de un momento a otro.

Poco a poco, con el respaldo de una política igualitaria, enfocada en la igualdad de género y haciendo frente a estereotipos muy arraigados, desbancándolos y creando

personas más justas y solidarias, llegaremos a educar en la absoluta igualdad de oportunidades.

La coeducación influye de forma positiva en los niños y niñas enseñándoles a convivir en base al respeto, la libertad, la igualdad, la diversidad, la empatía y la inclusión, entre otras muchas; previniendo problemas de violencia de género tanto físico como psicológico y ayudando a crear una sociedad mejor donde todos y todas podamos crecer y desarrollarnos como personas.

Difícilmente podríamos transmitir al alumnado una visión integradora, tolerante, democrática e igualitaria de la educación si en la misma escuela, donde deben fomentarse estos valores, se observan conductas competitivas, excluyentes y segregacionistas.

Por último, es fundamental comentar que la coeducación es una tarea en equipo, que necesita proyectos de intervención elaborados participativamente y que cuenten con el consenso de todos los miembros de la comunidad educativa.

2.3 Motivación y participación en las actividades.



La motivación en la actividad física es una característica psicológica multidimensional, que se ve influenciada tanto por los aspectos internos de la persona (preferencias, deseos, temores, entre otras), como por las vivencias externas de su entorno (aceptación social, amistades, habilidades, entre otras).

"*La motivación en el individuo se afecta o altera junto con su desarrollo físico, social y cognoscitivo"* (NASPE, 2004). La escuela toma un rol fundamental al desarrollo del alumnado por medio de múltiples experiencias que influyen en su personalidad, formación social y adquisición de conocimientos. *"Dependiendo de la etapa del desarrollo humano en que se encuentra, influirá su percepción de ver el mundo, sus preferencias y aspectos sociales. De esta forma, la escuela representa la primera influencia social que tiene un enorme impacto sobre el rumbo que las personas viven y sucesivamente la sociedad"* (Deci, Vallerand, Pelleiter y Ryan, 1991).

Para fomentar la motivación y participación en el alumnado es imprescindible que haya variadas actividades y, una de ella, son los juegos quienes logran captar la atención del alumnado.

El juego tiene muchas ventajas entre las cuales destacamos las siguientes:

- Fomenta la participación.
- Trabajo en grupo.
- Compañerismo.
- Solidaridad.
- Experiencia.
- Paciencia.
- Aprender de forma dinámica.

Es necesario en la educación física porque tiene valores tales como:

- Es un medio de aprendizaje.
- Es placentero.
- Es entretenido.
- Exige disciplina, sujeto a reglas.
- Es un medio de socialización.
- Transmisión cultural y social.
- Puede aportar efectos terapéuticos.

Aparte de los juegos, es imprescindible que el maestro/a conecte con el alumnado y tenga empatía por ellos, así, todo será más fácil y los niños/as estarán impacientes por ir a sus clases.

La motivación en el alumnado es imprescindible para poder llevar a cabo una clase como se requiere ya que así, los niños/as trabajan mucho mejor, muestran interés y van a clase con ímpetu. La participación es muy importante para que el niño/a se sienta integrante en el grupo como un verdadero protagonista ya que, así, fomentamos el interés. Para ello, nos debemos adaptar a las circunstancias que cada alumno/a presente.

2.4 Dificultad para la formación de equipos mixtos.



Para la formación de equipos mixtos es imprescindible que la clase esté totalmente unida y que no haya diferencias por sexo. Para ello, debemos fomentar la igualdad entre el alumnado haciendo que participen en los juegos tanto niños como niñas y que todos hagan los mismos deportes, juegos y actividades sin distinción. Por ello, es indudable que el hecho de educar a los dos sexos en el mismo espacio, facilite la labor coeducativa.

En este sentido, nos planteamos una serie de acciones docentes que sería conveniente llevar a cabo con el fin de intentar acabar con las conductas sexistas del alumnado.

Estas acciones son las siguientes:

- Desarrollar todas las actividades físicas con independencia del sexo al que tradicionalmente hayan sido asignadas.
- Hacer un reparto equitativo de los espacios comunes en las sesiones.
- Configurar grupos de trabajo mixtos en función del nivel de habilidad y/o de desarrollo en función de los contenidos trabajados.
- Utilizar estrategias metodológicas que fomenten la máxima integración y cohesión del grupo – clase.

- Controlar los niveles de intensidad en las tareas.
- Presentar la competición como un grado de superación personal para evitar que provoque rechazo en el alumnado.

3. Caso práctico: entrevistas.



Hemos realizado una entrevista con diez cuestiones relacionadas con el tema del sexismo en la Educación Física a una serie de personas. Estas cuestiones son las siguientes:

1. ¿Te gusta la clase de educación física?
2. ¿Los niños y niñas jugáis juntos?
3. ¿Cómo es la evaluación?
4. ¿Crees que hay actividades dedicadas a niños y otras a niñas?
5. ¿Son las actividades a realizar complicadas?
6. ¿El profesor os separa por sexos?
7. ¿Se utiliza un lenguaje sexista?
8. Cuando tenéis juego libre, ¿Ambos sexos juegan juntos o por separado?
9. ¿Consideráis que las niñas tienen menos capacidad para realizar un deporte determinado en cuanto a los niños?
10. ¿Te sientes discriminado por el sexo masculino en la realización de deportes?

A continuación expondremos un breve resumen de las entrevistas realizadas. (Las grabaciones de las entrevistas se encuentran en anexo).

Aquellas personas de edades avanzadas a las que hemos realizado las preguntas cuya edad oscila entre 40 y 50 años coinciden en que no se utilizaba un lenguaje sexista, en que los niños y niñas jugaban juntos, incluso en el juego libre y que la evaluación era

llevada a cabo mediante observación directa. Sin embargo, cuando hemos hablado con niños más pequeños cuya edad oscila entre los 8 y 13 años, han argumentado que los docentes, en ocasiones, utilizan un lenguaje sexista, y que dependiendo de la situación, los niños juegan o no con los compañeros y compañeras de su sexo contrario.

En cuanto a la evaluación, cabe destacar que el principal método que se llevaba a cabo era la realización de actividades calificadas a través de la observación directa. Por lo general, a todos les gusta o les ha gustado la asignatura de Educación Física aunque coinciden en que debemos esforzarnos bastante.

Como conclusión nos gustaría destacar que nos parece increíble que en la época en la que nos encontramos, continuemos llevando a cabo situaciones sexistas, donde la niña queda totalmente discriminada y menos valorada que el niño, quien es percibido como un ser superior y con más capacidades físicas que su sexo contrario.

4. Soluciones.

En este apartado aportaremos una serie de soluciones al tema del sexismo en Educación Física.

4.1 Charlas previas sobre el sexismo.



En las primeras clases de los alumnos en la educación física, debemos concienciarlos de que todos somos iguales, somos personas y no importa si somos hombres, mujeres, niños o niñas. Podemos aprovechar algunas situaciones cotidianas en las que se suelen dar este problema de diferenciación entre sexos, por ejemplo al hablar de dibujos como “pokemon” las niñas suelen decir “esos dibujos son para los niños”, ante esto los docentes son quienes deben explicar que no son únicamente para niños, que son tanto

para niños como para niñas, ya que en los dibujos salen tanto personajes masculinos como femeninos, etc.

En las charlas en las que los docentes intentan concienciar a los niños y niñas sobre la igualdad, sería conveniente incluir información e imágenes sobre grandes deportistas tanto hombres como mujeres de todos los deportes para que observen cómo las mujeres y las niñas tienen la capacidad para llegar muy alto en el deporte, al igual que los niños y hombres y, que de este modo, no se considere al sexo femenino con inferioridad ante el masculino.

Por otra parte, sería conveniente explicarles que en la sociedad y sobretodo en la televisión no todo es correcto y que únicamente se retransmite y publicita en televisión deportes masculinos como el fútbol y baloncesto. Pero tenemos que hacerles ver que existen también estos deportes en femenino y que aun así no sería lo adecuado porque no tenemos por qué diferenciar entre hombres y mujeres, pues pensamos que la mejor opción es realizar equipos mixtos.

4.2 Reglas en los juegos.

Cuando un docente prepara las reglas de un juego, en ocasiones suelen ser distintas para las niñas con respecto a los niños, ya que se considera que estas no están físicamente igual de preparadas que los niños, pero podríamos decir que esto no es más que un mito, y la causante de que ese mito se mantenga vivo es la sociedad. Pero el problema es que ello no solo sucede en el colegio cuando vamos a realizar un juego, sino que también existe en nuestro día a día, pues por ejemplo cuando una mujer se prepara para ser policía nacional o bombera, las pruebas físicas a las que se enfrentan son menos intensas que las que se preparan los hombres.

En este sentido, el docente ha de hacer uso de un juego coeducativo. Los juegos nos remiten a una visión de la realidad, a través de los roles que se transmiten. Por ello, es necesaria una revisión de los juegos tradicionales o populares desde múltiples perspectivas para no incidir de nuevo en posturas dominantes masculinas y/o competitivas.

Existen desigualdades en el tipo de juegos en los que participan chicas y chicos, así como en la forma de llevarlos a cabo, todo ello nos exige abordar prácticas coeducativas que rompan con los roles establecidos.

A continuación se muestran algunos aspectos que han de ser tomados en cuenta para transformar los juegos tradicionales en juegos coeducativos-cooperativos (Ruiz, Carmen, s/f, Consejería para la Igualdad y el Bienestar Social):

- Utilizaremos los juegos como recursos didácticos en los que ofrezcamos nuevos modelos de actuación. Es necesario intervenir para modificar las actitudes sexistas o violentas y el rechazo a la participación.

- Debemos formar grupos heterogéneos, donde chicas y chicos interactúen y participen de forma equilibrada. Debemos evitar que el líder sea una persona o un grupo de personas. Se trata de aprender a cooperar en igualdad.

- Hay que tener en cuenta las habilidades y posibilidades de cada participante eliminando los roles tradicionales que desempeñaban los chicos y las chicas, y atender a sus circunstancias personales.

- Todas las personas que intervienen en el juego han de saber sus reglas, evitaremos dar las cosas por sabidas.

- Evitaremos la expresión de quién juega bien y quién juega mal y nos centraremos más en la forma de participación. Para cada juego haremos grupos, no utilizaremos lo individual. Los grupos pueden ser desde 2 personas, en la que se incluyan chicas y chicos.

- La finalidad del juego no debe ser ganar sino participar igualitariamente.

También podemos hacer dinámicas de grupo para que las alumnas y alumnos se presenten y así lograr un mayor acercamiento entre el alumnado a la hora de comenzar a jugar.

<u>Dinámica de presentación:</u> Tela de Araña.

Para realizar esta actividad es necesario un lugar sin obstáculos y un ovillo de lana gorda. El grupo se pone en círculo y la persona responsable explica la presentación. Pueden decir el nombre, su comida preferida y una cualidad positiva, aunque se pueden preguntar otras características. Cuando una persona se presenta, agarra un trozo de ovillo y después lo pasa a otra persona del círculo que ha de hacer lo mismo, y así sucesivamente hasta que todas se hayan presentado y en el centro quede una telaraña de lana.

<u>Dinámicas de conocimiento:</u> Quién es quién.

En el aula, se le pide al alumnado que coja un papel y un bolígrafo. Cada persona ha de escribir diez adjetivos que le caractericen. Después doblan los papeles y se meten en una caja. A continuación deben coger un papel e intentar averiguar de quién se trata. Cada participante lee su papel y tiene tres oportunidades de acierto, si no se deja para el final hasta que lo acierte. Si una persona agarra su papel, debe doblarlo y coger otro.

Dinámica de confianza: Circuito de obstáculos.

En un lugar amplio se determina una llegada y una salida, a una distancia considerable. Por ejemplo, en el patio del colegio. Entre medias se colocan las cajas, u otros utensilios, que pueden ser las compañeras o compañeros, que servirán de obstáculos. A una persona se le coloca una venda en los ojos para que no vea y debe llegar a la meta sin tropezar con nada. Para ello requerirá de la ayuda de una compañera o compañero que haga de guía y le muestre el camino por dónde debe llegar a la meta.

4.3 Juegos mediante los que se trabajen los valores (igualdad, respeto, empatía, etc.).



La Educación Física es un área que en el desarrollo de la misma (en el patio o en el gimnasio) las interacciones que se producen, tanto motrices como socio-afectivas, son mucho mayores que las que se pueden encontrar en cualquier otra área.

Dos aspectos muy importantes a trabajar en el ámbito de la Educación Física son el diálogo, compañerismo y reflexión. Debemos fomentar la reflexión sobre los valores, una buena forma de hacerlo es poniendo al alumnado en situaciones reales donde deban aplicar los mismos. La actuación de un maestro desde el área de Educación Física o cualquier otra exclusivamente, no supondrá cambios significativos y permanentes en el desarrollo de los valores en el alumnado, por ello es muy importante que éstos se trabajen en todas las áreas y contextos.

Podemos decir que el deporte escolar es educativo porque los maestros además de ocuparse del desarrollo de las cualidades físicas de los alumnos también se preocupan por transmitir valores.

Las múltiples situaciones educativas que ofrece el deporte no tienen efecto por sí mismas de manera automática en la formación moral del alumno, sino que es necesario dedicar intencionalmente un tiempo de clase y esfuerzo docente para promover y llevar a cabo momentos de análisis y reflexión crítica sobre las situaciones, actitudes y conductas que surgen durante el juego y sobre el significado y el valor social de las mismas y a la vez utilizar el juego como plataforma para evaluar en una verdadera evaluación auténtica basada en la acción.

A continuación, exponemos una serie de secciones que consideramos muy útiles e interesantes para trabajar los valores en Educación Física recogidas del ensayo *"Educar en valores a través de juegos motores y deportes",* cuyo coordinador es Pedro Gil Madrona.

SESIÓN-CLASE PARA EL PRIMER CICLO DE EDUCACIÓN PRIMARIA.

Objetivo de la sesión:

- Mejorar las relaciones del grupo, fomentando la diversión en la práctica de juegos y la cooperación entre el alumnado.

Material: aros de colores (1/1) paracaídas (1) balones (4) pañuelo para vendar los ojos (1) silla (1).

FASE INICIAL

1. Juego. "Aros de colores": se reparten aros de colores por todo el espacio de juego. El alumnado corre libremente por la sala de juego. El maestro dice un color y una parte del cuerpo y el alumnado debe introducir parte del cuerpo en un aro del color mencionado.

Debemos animar al alumnado a que disfrute del juego. Fomentar la posibilidad de ayuda entre ellos, insistir en la ausencia de rivalidad.

FASE PRINCIPAL

Paracaídas.

1. Inflado de paracaídas: repartimos al alumnado alrededor del paracaídas.

Insistir en el trabajo de grupo. Inflaremos bien el paracaídas si todos y todas lo hacemos a la vez.

2. Cambio de color: una vez que hemos inflado y desinflado el paracaídas, vamos a aprovechar cuando está inflado para decir un color, aquel alumnado que tenga ese color deberá intercambiar sus posiciones por debajo del paracaídas antes de que se desinfle.

Toda la clase anima al alumnado a la realización de la actividad. Deben estar pendientes de avisar a los compañeros por si alguien se despista.

3. El hongo volador: ahora vamos a inflar de nuevo el paracaídas y, cuando esté arriba soltamos las manos y vemos cómo vuela. Una vez que lo hemos conseguido, el alumnado deberá introducirse debajo del gran hongo para que, al caer, los cubra a todos.

El alumnado debe cooperar para que no quede nadie sin quedar cubierto por el paracaídas.

4. Hacemos olas: agarrados al paracaídas, vamos moviendo los brazos alternativamente arriba y abajo para imitar los movimientos del mar. Vamos dirigiendo la fuerza de las olas.

Volvemos a insistir en lo importante que es la colaboración de todos para que el objetivo salga bien.

5. Volteo de balones: aprovechando la actividad anterior introducimos un balón (poco a poco aumentamos el número) para mantearlo. El objetivo es que no se salga del corro.

*Hacerles ver lo importante que es no hacer mal uso del materia*l para poder usarlo en otras ocasiones.

6. El iglú: Inflamos el paracaídas, cuando esté arriba y sin soltar las manos damos un giro y nos quedamos dentro, pasamos el paracaídas debajo de nosotros y nos sentamos sobre el paracaídas, apoyamos la espalda en la pared del iglú para que quede tirante. Aprovechamos el agujero central para que el alumnado haga de vigía y observe si ha pasado la tormenta y podemos salir. Durante la estancia en el iglú podemos contar historias, chistes, comentar la sesión, etc.

Dejar que el alumnado se exprese para saber cómo se lo ha pasado, lo que más les ha gustado, lo que no repetirían, etc.. Debemos procurar que hablen todos, ante cualquier problema que haya surgido, intentar relativizarlo y minimizarlo haciéndoles ver lo importante que es divertirse y colaborar.

7. Recogida: Para ello debemos colaborar todos.

Debemos asignar una tarea a cada alumno y que todos se sientan útiles.

FASE FINAL

1. Juego. "Sálvame": un alumno se sienta en una silla (a quien deberán salvar); otro, con ojos vendados (el guardián), se queda alrededor para evitar que el resto lo saque del

círculo. A quien toque el guardián, se la queda. Si logran salvar al compañero, el guardián continúa.

Debemos insistir en realizar la actividad sin hacer trampas. El respeto a las reglas del juego es fundamental para la diversión; si todos respetan las normas sólo estaremos pendientes del juego.

Terminamos la sesión dirigiéndonos a los vestuarios, en orden, para cambiarnos las zapatillas y lavarnos las manos.

SESIÓN-CLASE PARA EL SEGUNDO CICLO DE EDUCACIÓN PRIMARIA.

Objetivos de la sesión:

- Conocer y utilizar el mimo y la dramatización como medios de expresión y comunicación.
- Mejorar las relaciones del grupo fomentando los valores a través de la práctica de actividad física.

Material: reproductor de música, música variada (dividida en periodos de 30 segundos de distintas músicas), música animada, cartulinas con valores y material variado (depende del material que queramos que utilicen nuestros alumnos).

FASE INICIAL.

1. “Explicación de la actividad de mimodrama”: les explicamos cómo deben llevar a cabo la dramatización propuesta en la parte principal de esta tercera sesión, indicando que no deben utilizar el lenguaje oral a no ser que se les pida y que deben ir utilizando su lenguaje corporal como medio de expresión para llevar a cabo la historia que les vamos a contar.
2. “La discoteca”: todos los alumnos libres por el espacio, comenzarán a escuchar la música de un CD que contendrá periodos de 30 segundos, comenzando con música suave, que irá cambiando en cada periodo, evolucionando a música más movida. Los alumnos deberán actuar de manera libre como si se encontraran en una discoteca o en la verbena de su pueblo, bailando, hablando con los amigos, etc.

FASE PRINCIPAL.

1. “Mimodrama: el niño nuevo”.

Había una vez en un pueblo muy lejano, un grupo de niños que todas las tardes solían jugar en la plaza a la misma hora.

Todos los niños sabían que lo mejor de jugar con sus amigos era que se divertían muchísimo, así que todo el que pasaba por la plaza podía verles felices y sonrientes mientras se divertían a lo grande con todo tipo de juegos.

Este grupo era increíble, siempre calentaban antes de comenzar una actividad física, nunca discutían, no se enfadaban entre ellos, siempre intentaban hacer las cosas bien y si algo les molestaba siempre lo solucionaban hablando, y así es como pasaban el tiempo, jugando (que cojan el material y comiencen a jugar a lo que quieran y como quieran pero deben divertirse como hacen los niños del cuento y por supuesto no utilizar el lenguaje oral).

Una tarde como tantas otras, todos los niños fueron a la plaza a jugar y cuál fue su sorpresa cuando vieron a un niño al que nunca antes habían visto. Estaba sólo y callado, no jugaba, no corría, además parecía triste. Todos los niños se acercaron a él y le preguntaron que si quería jugar con ellos y David, que así se llamaba el niño nuevo, aceptó.

A partir de aquel día nada volvió a ser igual, ya que David jugaba pero no se divertía, parecía continuamente enfadado, daba golpes y sólo se le veía feliz cuando ganaba en cualquier actividad.

Todos los demás niños no podían comprender esta actitud, ya que nunca habían jugado así.

Poco a poco los niños dejaron de ir a jugar a la plaza, ya que desde que David había llegado con su nueva forma de jugar, todo era mucho más aburrido, las risas habían dado paso a los enfados, el respeto a las reglas había cambiado por las trampas, la diversión dejó paso al aburrimiento, e incluso llegaron a pelearse por el resultado de un partido. El último día que quedaron para jugar se dieron cuenta de que ni siquiera les importaba el hacer las cosas bien y ser mejores cada día.

El tiempo pasó y un día, los niños, al salir del colegio, pasaron por la plaza en la que solían jugar y comenzaron a recordar que divertido era jugar todos juntos y felices, así que decidieron jugar como solían y todo iba bien.

En aquel momento llegó David, el niño nuevo, al que ya todos conocían y como de costumbre quiso jugar con todos los niños. Al principio, estos dudaron, pero eran buenos chicos a los que les encantaba jugar con todo el mundo y por supuesto, le permitieron participar.

David jugaba como siempre, enfadado, haciendo trampas, sin divertirse, sin embargo esta vez la actitud de David no “contagió” al resto de niños, ya que éstos se acordaban

de lo mal que lo habían pasado por jugar como David y entonces ocurrió algo maravilloso… Todos continuaron jugando felices, divertidos, respetando las reglas, superándose, siendo cada vez más amigos… y en esta ocasión, el juego limpio, la diversión, la superación, las relaciones entre todos ellos, los buenos hábitos y el control de sus propias emociones venció a la manera "fea" de jugar de David, e incluso el propio David consiguió jugar correctamente con el resto de niños.

Y colorín colorado este cuento se ha acabado. Esperando que sepáis jugar, con todo el material, de él podéis disfrutar (juego libre con todo el material que hemos llevado, teniendo en cuenta todos los valores que estamos trabajando y que por supuesto deben estar presentes durante el juego).

NOTA: en las fases de juego, en las que pueden jugar con el material de manera libre les permitimos que hablen. A partir de aquí, cada cierto tiempo (dependiendo del tiempo que nos quede), cada vez que así lo digamos, cambiarán de material de juego.

FASE FINAL.

1. "La pasarela": todos los niños se pondrán en dos filas frente a frente.

Comenzará a sonar música y cuando esto ocurra, los primeros de la fila (los que queramos que empiecen, derecha o izquierda) saldrán desfilando por el pasillo que queda entre ambas filas de alumnos. Todos desfilarán por la pasarela, pudiendo pedirles incluso que hagan algunas poses como los modelos reales. Cada vez que salga un niño le mostraremos alguna de nuestras cartulinas con valores y a la vez que desfilan deberán gesticular y/o expresar facialmente lo que les "diga" la cartulina.

2. "Puesta en común".
3. "Recogida y colocación del material".
4. "Aseo.

SESIÓN-CLASE PARA EL TERCER CICLO DE EDUCACIÓN PRIMARIA.

Objetivos de la sesión:

- Ser capaz de diferenciar entre actitudes positivas y negativas asociadas a la práctica deportiva.
- Ser capaz de reconocer y asumir los errores de conducta propios.

Material: pelota blanda, dos conos, papel y lápiz.

FASE INICIAL.

1. POSITIVO O NEGATIVO.

Por parejas nos colocamos de espaldas al compañero en el centro del campo. Una fila serán las conductas positivas, la otra las negativas. El profesor dirá una acción y según sea positiva o negativa, el de la fila que corresponda tendrá que correr a pillar al otro antes que llegue al final del campo. Se modificarán las posiciones de salida: sentado, tumbado...

Acciones: Pegar, insultar, pasar a todos los compañeros, respetar las normas, enfadarse, aburrirse, divertirse, participar, burlarse, decir tacos, recriminar, cuidar el material, pasar a todos los compañeros, fingir, no pasar, no aceptar a alguien en mi equipo, tratar de resolver los conflictos, preocuparse por los lesionados, saber perder, perder el tiempo,

FASE PRINCIPAL.

1. DEFENDER EL CONO.

Cada equipo tiene que defender su cono y derribar el del contrario.

Los conos se sitúan dentro de un círculo en cada campo.

Normas:

- No se puede andar con el balón.
- Si el balón toca el suelo pasa al equipo contrario.
- Todos los saques son indirectos.
- No se puede pasar dentro del círculo que rodea al cono.

Se forman tres equipos, de forma que uno de los equipos siempre observe. Se jugarán partidos de diez minutos, con la siguiente combinación:

A - B, C OBSERVA.

B - C, A OBSERVA.

C - A, B OBSERVA.

Los jugadores del equipo que observa elegirán cada uno a un jugador de los que están jugando y tomarán nota de sus conductas, basándose en las que el profesor propuso en el juego anterior (POSITIVO Y NEGATIVO). Después entregarán esta nota al profesor con el nombre del jugador observado.

FASE FINAL

1. “Adivina quién...”

El profesor leerá algunas de las notas de los observadores y los alumnos tratarán de adivinar el alumno observado.

4.4 Actividades conjuntas entre niños y niñas.

Debemos siempre elegir actividades dirigidas a toda la clase sin diferenciar entre niños y niñas. Esto no quiere decir que no dediquemos sesiones a deportes que socialmente se relacionan con el sexo masculino como es el fútbol, por ejemplo, sino que a ese deporte jueguen tanto los niños como las niñas por igual, intentando siempre que todos se sientan bien y que no se desprestigie a ningún alumno ni alumna por sus capacidades físicas.

Por otro lado, no solo la discriminación va contra las mujeres, sino que en la mayoría de los casos, al plantear en clase juegos populares, como saltar a la comba, que están socialmente encasillados con las mujeres los mismos alumnos son quienes dicen “eso es para las niñas”. Ante esta situación somos los docentes quienes tenemos que intentar eliminar este pensamiento de la mente del alumnado y para ello consideramos que pueden resultar eficaces y necesarias las charlas previas sobre el sexismo para concienciar a los alumnos y alumnas.

4.5 Excursiones donde los niños y niñas vean competiciones de deporte femenino.





Consideramos que si los niños y niñas ven con sus propios ojos a mujeres realizando deporte y observan su potencial y habilidades podría ser la mejor manera de que estos se conciencien de que las niñas pueden realizar los deportes con la misma eficacia que los niños.

Los deportes a visitar por el alumnado dependen del contexto en el que se encuentre el centro, las posibilidades económicas de las que dispone, tanto el centro como las familias, y la implicación y participación de las familias.

Todo esto influye por el hecho de que para realizar una salida fuera del centro se necesita la colaboración de las familias de los alumnos y alumnas, y que estas estén de acuerdo en que sus hijos salgan del centro para visitar este tipo de competiciones deportivas. También es importante las posibilidades económicas, ya que para salir del centro se requiere dinero, y dependiendo del lugar que se vaya a visitar se necesitará más o menos, ya que si se encuentra muy cerca, los niños pueden ir caminando, sin embargo, si por lo contrario se encuentra a una gran distancia, necesitarán un transporte para desplazarse hacia el mismo, por lo que aumentará el presupuesto. A esto se añade si el lugar a visitar es gratuito o no.

Algunos de los deportes pueden ser: boxeo, fútbol, vóleibol, natación, tenis, baloncesto, balonmano, entre otros muchos a elegir en conjunto los docentes con el alumnado y atendiendo a las posibilidades con las que disponen en el momento.

También consideramos que sería más interesante que los niños observasen aquellos deportes que para ellos son más característicos de los niños, aspecto que dependerá del lugar en el que se encuentre dicho centro y del entorno familiar y social del alumnado. Por lo tanto, para algunos será el fútbol, para otros el baloncesto, para otros el balonmano, para otros el boxeo... por ello, la influencia del contexto.

4.6 Trabajo de buscar información sobre mujeres destacadas en el deporte (fútbol, baloncesto, etc.)







Otra opción bastante interesante sería la realización de un trabajo grupal, compuesto cada grupo por niños y niñas, el trabajo en sí consistiría en buscar información sobre aquel deporte que más llame la atención al grupo, por lo que tendrán que llegar a un acuerdo entre ellos.

La información estará basada en buscar figuras femeninas destacadas en el deporte seleccionado, con la que realizarán un mural y explicarán al resto de compañeros tanto en qué consiste el deporte buscado, explicando sus reglas y funcionamiento, como vídeos, fotos, medallas ganadas por aquella figura femenina seleccionada, etc.

Con este trabajo se podría lograr que el alumnado trabaje en conjunto con equipos mixtos y al tener que ponerse de acuerdo entre ellos, tendrán que tener en cuenta y valorar la opinión de las niñas, dándole la misma importancia que a la de los niños.

Además, conocerán las reglas y el funcionamiento de diferentes deportes, cada uno de ellos buscando el que más les llame la atención, por lo que mostrarán interés y motivación en la búsqueda de información sobre el mismo. Por otro lado, al tener que explicarlo a sus compañeros desarrollarán la expresión oral.

Y, por supuesto, la finalidad del trabajo es que conozcan figuras femeninas destacadas en el deporte, al buscar cada grupo uno diferente y tener que explicarlo y comentarlo al resto de compañeros, lograrán conocer varias figuras en diferentes deportes lo que resulta enriquecedor por su variedad.

5. Conclusiones.

Gracias a la realización de este trabajo, hemos tratado aspectos que apenas conocíamos, pero quizás era porque no le dábamos importancia a este tema: el sexismo. Desafortunadamente, en la sociedad en la que vivimos nos encontramos día a día con situaciones que fomentan el sexismo, ya que siempre se ha entendido que el hombre es el más fuerte, el que tiene el poder y la mujer es una mera seguidora de este, pero el problema es que esta ideología se traslada a los más pequeños y continuamos dando origen a una sociedad sexista sin darnos ni siquiera cuenta.

En la escuela es donde más se fomenta, especialmente en educación física, pues el mismo docente es el que se encarga de separar a los niños de las niñas ya que considera que estas no están igualmente preparadas que los niños para realizar cualquier tipo de

actividad, por lo que se piensa que las niñas tienen ciertas limitaciones en cuanto a la materia. La realización del trabajo nos ha posibilitado adentrarnos en un mundo de descubrimiento y de sensaciones, pues hemos entendido que hay que eliminar por completo el sexismo de nuestro lenguaje habitual, pero más aun de nuestra mente, el instrumento más fuerte del ser humano, ya que ella trabaja por nosotros y ella es la encargada de construir nuestra vida.

Desafortunadamente, este pensamiento lo comparten muy poca gente, pues la mayoría piensan que los niños tienen más capacidades y menos limitaciones que las niñas y verdaderamente esto es un problema, pues aunque nosotros queramos cambiarlo, necesitamos el apoyo de alguien más, es decir, de la familia, que es el principal agente socializador y el único capaz de hacer posible el cambio de la sociedad, de manera que cuando el docente intente trasmitir una ideología no sexista en clase, está ha de ser seguida en casa para iniciar los primeros pasos hacia una sociedad no sexista.

6. Referencias.

-Wikipedia (2012), Recuperado el 11 de marzo de 2015. http://es.wikipedia.org/wiki/Lenguaje_no_sexista

-Ruiz, Carmen (s/f). *Nuevas formas de jugar, campaña del juego y el juguete no sexista, no violento*. Instituto Andaluz de la Mujer. Consejería para la Igualdad y Bienestar Social. Junta de Andalucía. España (Andalucía). Recuperado el 11 de marzo de 2015. http://www.aulaviolenciadegeneroenlocal.es/consejosescolares/archivos/Mat_185_Guia_Nuevas_formas_de_jugar.pdf

-Hernández, Nelson (2008). *El Efecto de la Educación Física en la motivación del estudiante hacia la actividad física*. Cupey, Puerto Rico. Recuperado el 17 de marzo de 2015.

http://www.suagm.edu/umet/biblioteca/UMTESIS/Tesis_Educacion/NHernandezDiaz1512.pdf

-Gil, Pedro (2006). *"Educar en valores a través de juegos motores y deportes"*. Albacete (España). Recuperado el 12 de marzo de 2015.

-Nieto, Beatriz (2008). *"Coeducar en Educación Física"*. Granada (España). Recuperado el 12 de marzo de 2015.

7. Anexo.

7.1 Vídeos.

Juego llamado "El bote" para fomentar el compañerismo.

https://www.youtube.com/watch?v=BGvjp7P0TlI-

Juego en equipo para fomentar los valores.

https://www.youtube.com/watch?v=xG7nyNvnR1M

Ballet, por una educación no sexista.

https://www.youtube.com/watch?v=F6VuzPvILGU

Papel de la mujer en Educación Física a lo largo de la historia.

https://www.youtube.com/watch?v=fi3uepWpPrw

7.2 Audios

Se adjuntarán los audios al blog.